

Меню на 22.09.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
104.94	Фрикадельки мясные в молочном соусе	Завтрак	237	10	12	12	130	76,18
364.01	Булгур отварной/кукуруза с маслом 100/50	Завтрак	123	7	4	18	150	43,27
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,78
4	Яблоко	Завтрак	43,81	0,36	0,36	10,44	135	24,20
Итого			508,78	19,42	16,58	64,35	-	149,52
1-4_2смена								
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	83,15	1,09	6,56	5,19	65	25,07
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	275	42,01
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	141,16
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	105,96	0,41	0,17	27,43	200	9,78
94.36	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,12
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	123,14	3,63	0,37	25,79	55	5,13
Итого			939,11	29,28	40,42	127,23	-	224,27
1-4_обед								
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/10/10	Полдник	198,8	8,03	15,42	16,54	270	36,83
6.94	Жаркое по-домашнему	Полдник	258,67	12,21	12,14	26,11	250	89,43
361.04	Чай с сахаром	Полдник	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,53
Итого			533,95	21,64	27,82	60,83	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
104.94	Фрикадельки мясные в молочном соусе	Завтрак	237	10	12	12	130	76,18
364.01	Булгур отварной/кукуруза с маслом 100/50	Завтрак	123	7	4	18	150	43,27
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,78
4	Яблоко	Завтрак	43,81	0,36	0,36	10,44	135	24,20
Итого (завтрак)			508,78	19,42	16,58	64,35	-	149,52
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	83,15	1,09	6,56	5,19	65	25,07
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	275	42,01
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	141,16
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	105,96	0,41	0,17	27,43	200	9,78
94.36	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,12
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	123,14	3,63	0,37	25,79	55	5,13
Итого (обед)			939,11	29,28	40,42	127,23	-	224,27
Итого			1 447,89	48,7	57	191,58	-	373,79
5-11_ОВЗ								
104.94	Фрикадельки мясные в молочном соусе	Завтрак	237	10	12	12	130	76,18
364.02	Булгур отварной/кукуруза с маслом 150/50	Завтрак	202	8	4	18	200	51,10
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.96	Батон с отрубями	Завтрак	81	3	1,5	16,5	45	4,19
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
4	Яблоко	Завтрак	45,43	0,37	0,37	10,83	140	25,10
96.5	Огурец "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
Итого (завтрак)			714,78	23,66	23,95	76,76	-	183,99
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/25/5	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	280	57,91
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	141,16
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	105,96	0,41	0,17	27,43	200	9,78
94.36	Хлеб ржаной	Обед	19,34	0,66	0,12	4,17	10	0,81
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,80
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	272	4	6	19	60	45,89
Итого (обед)			1 062,32	30,21	39,63	127,23	-	258,35
Итого			1 777,1	53,87	63,58	203,99	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_лг								
6.94	Жаркое по-домашнему	Завтрак 2	362,77	13,75	16,11	41,84	250	121,59
361.04	Чай с сахаром	Завтрак 2	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	77,36	2,64	0,48	16,69	40	3,11
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак 2	272	4	6	19	60	45,89
Итого			828,3	22,78	22,84	103,79	-	176,94
5-11_ОК-1_рс								
6.94	Жаркое по-домашнему	Завтрак 2	362,77	13,75	16,11	41,84	250	121,59
361.04	Чай с сахаром	Завтрак 2	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	77,36	2,64	0,48	16,69	40	3,11
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак 2	272	4	6	19	60	45,89
Итого			828,3	22,78	22,84	103,79	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/25/5	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	280	57,91
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	148,88
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	105,96	0,41	0,17	27,43	200	9,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,54
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	272	4	6	19	60	45,89
Итого			1 055,8	30,16	39,41	122,43	-	265,40
5-11_ОК-2_рс								
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/25/5	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	280	57,91
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	148,88
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	105,96	0,41	0,17	27,43	200	9,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,54
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	272	4	6	19	60	45,89
Итого			1 055,8	30,16	39,41	122,43	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
32.43	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной 250/5	Полдник	161,45	3,38	7,1	13,59	255	17,27
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	81,2	2,8	-	11,2	35	2,73
369.09	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,73
88.32	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Полдник	272	4,5	2,85	1,25	100	43,27
Итого			553,31	10,8	9,97	35,87	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
104.94	Фрикадельки мясные	Завтрак	189	12	12,9	13,1	100	67,13
364.01	Булгур отварной/кукуруза с маслом 100/50	Завтрак	123	7	4	18	150	43,27
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
45.58	Хлебец	Завтрак	65,63	1	0,44	3,47	5	3,41
4	Яблоко	Завтрак	59,07	0,49	0,49	14,07	182	32,62
Итого			474,5	20,57	17,85	58,48	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	280	50,67
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	141,16
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	105,96	0,41	0,17	27,43	200	9,78
45.58	Хлебец	Обед	39,38	0,6	0,26	2,08	3	2,05
4	Яблоко	Обед	37,32	0,31	0,31	8,89	115	20,61
Итого			745,71	20,45	26,46	101,42	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
104.94	Фрикадельки мясные	Завтрак	189	12	12,9	13,1	100	67,13
364	Булгур отварной	Завтрак	153	6,15	6	33,15	150	20,34
250	Кукуруза отварная с маслом сливочным	Завтрак	52,3	0,68	1,6	4,1	50	19,68
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,06
4.79	Апельсин	Завтрак	52,94	0,29	0,29	12,62	145	38,22
Итого			514,05	20,19	20,99	79,07	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	280	50,47
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	141,16
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	105,96	0,41	0,17	27,43	200	9,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	22,39	0,66	0,07	4,69	10	0,93
94.36	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,32
4	Яблоко	Обед	37,32	0,31	0,31	8,89	115	20,61
Итого			767,4	21,83	26,51	112,37	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
БК_10-11_в1								
6.94	Жаркое по-домашнему	Завтрак	399,05	15,13	17,72	46,02	275	133,76
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,32
161.77	Блины со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	77	35,44
Итого			656,84	21,84	21,27	85,1	-	176,94

БК_10-11_в2								
122.47	Салат "Цезаренок"	Завтрак	102,51	2,54	5,99	2,61	100	51,01
117.97	Чиполлетти пикантные на шпажке с сырным соусом)100	Завтрак	216,17	10,89	11,57	9,74	150	75,35
42.73	Картофель запеченый	Завтрак	236,34	4,89	5,74	42,01	180	51,65
85.12	Чай с сахаром лимоном пак	Завтрак	-	-	-	-	210	7,19
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
161.69	Блины класические со сгущенным молоком 124/15	Завтрак	105,66	3,02	3,2	5,44	139	58,63
Итого			695,48	22,54	26,5	64,6	-	245,00

Завтрак								
88.32	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Полдник	272	4,5	2,85	1,25	100	43,27
369.09	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,73
Итого			310,66	4,62	2,87	11,08	-	50,00

Полдник								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
91.24	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Полдник	200	3,63	5,25	30,25	100	32,60
4.85	Груша	Полдник	52,57	0,43	0,43	10,58	108	30,74
Итого			339,05	5,06	5,88	61,43	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	17.09.2026 18:12:16	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	20.09.2026 20:55:48	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
383.01	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	32,63
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
341.01	Салат "Оливье"	Нет	-	-	-	-	100	70,54
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	51,57
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	48,92
67.3	Салат "Аппетитный"	Нет	-	-	-	-	100	21,62
321.16	Помидор свежий "Пикантный"	Нет	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
115.1	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	36,02
29.68	Салат из свеклы с сыром	Нет	105	2,6	7,3	6,5	100	42,91
гарнир								
23.03	Бобовые отварные	Нет	247,33	7	8,07	38,31	200	20,63
46.08	Каша перловая с овощами	Нет	280,2	5,89	5,27	38,7	180	24,95
42.18	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	29,78
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
7.68	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,64
39.61	Фасоль стручковая отварная	Нет	79,2	1,8	1,8	12,6	180	64,33
19.93	Капуста цветная отварная	Нет	-	-	-	-	180	48,56
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба запеченная с сыром помидором	Нет	-	-	-	-	100	124,44
121.79	Рыба жареная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	150,60
Блюда из мяса								
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	139,76
6.94	Жаркое по-домашнему	Нет	399,05	15,13	17,72	46,02	275	137,30
413.22	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	106,95
35.44	Свинина по-французски	Нет	312,5	23,25	12,25	31,5	120	123,98
Блюда из птицы								
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	111,96
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	131,13
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	81,74
113.68	Мясо запечен. с овощами под сыром	Нет	-	-	-	-	150	159,61
напиток								

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
53.99	Напиток из ягод " Ассорти"	Нет	45,46	0,19	0,07	11,58	200	19,00
1.24	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,76

Мучные изделия

106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	235	6	6,45	3,05	75	49,20
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	272	1,67	1,27	4,5	70	33,51
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	32,63
116.93	Маффин	Нет	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	36,75
45.45	Булочка с корицей глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	110	30,89
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	44,49
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	106,91
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	43,88
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	130,73

1 блюдо

32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Нет	164	4	8	17	290	66,70
-------	------------------------------------	-----	-----	---	---	----	-----	-------

2 блюдо

63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	485,71	20,35	22,69	51,15	250	91,01
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221	6	13	12	100	76,62

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	17.09.2026 18:12:16	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	20.09.2026 20:55:48	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446